

Impacto del lumbago en la calidad de vida de los trabajadores: una búsqueda sistemática.

The impact of low back pain on workers' quality of life: a systematic review.

Luciane Gabriele Pereira Gomes^{1,2}, Daniela Dias da Silva Garzedin^{1,3} & Daniel Dominguez Ferraz^{1,4}

Introducción

“El lumbago es definido como el dolor en la región lumbar y/o sacra” (Cavalcanti, Cantinho & Assad, 2006, p. 932). Hay factores que contribuyen para el lumbago y entre “los individuales se encuentran: edad, sexo, índice de masa corpórea, desequilibrio muscular, fuerza muscular, condiciones socio-económicas, presencia de otras enfermedades y los factores laborales” (Helfenstein Junior, Goldenfum & Siena, 2010, p. 385).

En los trabajadores esta condición de salud es una de las enfermedades relacionadas al trabajo, adquirida o agravada, más frecuentes (Superintendência de Vigilância e Proteção da Saúde - SUVISA, 2014). La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que 37% del dolor de espalda son atribuidos a factores de riesgo ocupacionales y considera este agravio como una de las principales causas de absentismo (World Health Organization, 2014). Entre los más comunes riesgos ergonómicos en el trabajo se puede observar “el movimiento de elevación y el transporte de cargas pesadas, los movimientos bruscos, las vibraciones, las frecuentes flexiones, las rotaciones y las malas posturas” (Pataro & Fernandes, 2014, p. 25).

Aunque no sea causa de mortalidad, el lumbago resulta en números estimados, en 0,8 millones de días perdidos (0,1%) en todo el mundo, produciendo elevada pérdida económica para el trabajador, la empresa y los tesoros públicos (World Health Organization, 2014). El lumbago también puede alterar la calidad de vida (CV), pero evaluarla no es una fácil tarea, pues está asociada a la percepción individual dentro de un contexto cultural, de sistemas de valores, cuyos objetivos personales y preocupaciones pueden influenciarla (World Health Organization).

Uno de los instrumentos de fácil aplicación y más utilizado para evaluar la CV es la escala SF-36 (*Medical Outcomes Study 36 - Item Short*

Form Health Survey). Otro instrumento usado para evaluar la CV es el EQ-5D-3L. “Esta escala permite generar un índice representado por un valor que refleja el estado de salud del individuo” (Ferreira, P., Ferreira, L. & Pereira, 2013, p. 670). Elaborado por el grupo EuroQoL, “el instrumento se basa en un sistema de clasificación que describe la salud en cinco dimensiones: movilidad, cuidados personales, actividades habituales, dolor/malestar y ansiedad/depresión” (Ferreira, P. et al., p. 672).

Para evaluar la incapacidad generada por el dolor lumbar puede ser utilizado el *Oswestry Disability Questionnaire*. “este cuestionario evalúa el impacto de los cuidados de salud realizados por problemas en la columna lumbar” (Falavigna, Teles, Braga, Barazzetti, Lazzaretti & Tregnago, 2011, p. 65). Otro cuestionario bastante utilizado es el *Roland-Morris Disability Questionnaire*. Este instrumento “evalúa la repercusión del lumbago sobre las actividades laborales y de la vida cotidiana, además de ofrecer recomendaciones a los individuos con capacidad funcional reducida” (Falavigna et al., p. 64).

El objetivo de este estudio fue verificar, a través de una búsqueda sistemática, el impacto del dolor de la región lumbar en la CV de los trabajadores.

Material y métodos

Fue realizada una búsqueda bibliográfica en bases de datos electrónicas (Medline-PubMed, Lilacs y Scopus) utilizando los siguientes descriptores combinados por el conector AND: trabajadores, *workers*, lumbago, *low back pain*, dolor de espalda, *back pain*, calidad de vida, *quality of life* y ocupacional, *occupational*. La búsqueda fue realizada en el período de septiembre de 2014 a abril de 2015 y no hubo restricciones de idioma y de fecha de publicación y la extracción de los datos siguió las recomendaciones del PRISMA.

Para la selección de los estudios fueron establecidos los siguientes criterios de inclusión:

¹Universidade Federal da Bahia, Departamento de Biofunção do Instituto de Ciências da Saúde, Salvador-Bahia-Brasil.

^{1,2}lucianegabriele@gmail.com

^{1,3}ddsgarzedin@yahoo.com.br

^{1,4}danieldf@ufba.br

ser un estudio de corte transversal, haber estudiado el impacto del dolor en la región lumbar en la CV de trabajadores adultos activos. Fueron excluidas las investigaciones cuya muestra incluyese individuos con otras enfermedades asociadas o mujeres embarazadas.

La selección de los artículos identificados se hizo a través de un análisis previo del título y del resumen por dos autores. En los casos en que el estudio se consideraba potencialmente relevante, se hizo una lectura crítica de la publicación completa.

El proceso de selección de la información no se limitó a los datos de los resultados informados al final de la intervención o al final del seguimiento, sino que se extrajeron, de los dos estudios transversales incluidos, los siguientes datos de forma independiente: sujetos (número, profesión, percepción de la CV, capacidad funcional, condición física) y evaluación (cuestionarios y pruebas utilizadas).

Fueron utilizados formatos de extracción de datos estandarizados.

Resultados

De los 90 artículos encontrados, 85 fueron excluidos por no cumplir los criterios de inclusión y exclusión y 2 por duplicidad. Fueron seleccionados un total de 3 artículos, descritos en la Tabla N° 1.

Discusión

Los 3 estudios apuntan para una posible reducción en la calidad de vida de trabajadores que presentan dolor lumbar.

El lumbago es una de las enfermedades que más se relaciona al ambiente ocupacional. La convivencia con el dolor hace del individuo dependiente de la medicación, reduce su capacidad funcional, limita sus actividades de ocio y laborales y dificulta el sueño, llevando a una reducción de la CV y al aumento del absentismo. Este último genera un incremento del coste tanto para el individuo como para el empleador y la salud pública.

Del Pozo-Cruz et al. (2013) clasificaron el lumbago como “subagudo y no específico, pues los trabajadores presentaban dolor hacía 1-3 meses y sin causa específica” (p. 196). De forma distinta, Oliveira et al. (2004) abordaron “el lumbago de forma general, con o sin irradiación para los miembros inferiores”, lo que pudo haber comprometido la confiabilidad del estudio (p. 115).

Ninguno de los tres estudios comparó la presencia o ausencia del lumbago con el tiempo de servicio. Sin embargo, todos mostraron que la posición sentada mantenida es un factor de riesgo para el surgimiento del lumbago. Carmo et al. (2011) explican que:

Tabla N° 1. Síntesis de los Resultados

| Autor/Año | Muestra | Metodología | Resultados |
|--|---|---|---|
| Del Pozo-Cruz, B., Gusi, Adsuar, Del Pozo-Cruz, J., Parraca & Hernandez-Mocholi (2013) | 190 trabajadores administrativos 118 con lumbago 72 sin dolor | CV: EuroQol-5D-3L Lumbago: Oswestry Disability Questionnaire + Roland-Morris Condicionamiento físico: Prueba de Condición Músculo-esquelética | El Grupo con dolor lumbar: tuvo más consultas al médico (P <0,001), más episodios de dolor (P <0,001), menor CV y mayor incapacidad asociada |
| Oliveira, Dal Berto & Macedo (2004) | 26 costureras 17 con lumbago 9 sin dolor | CV: SF-36 Dolor Lumbar: Cuestionario Roland-Morris | Costureras con dolor lumbar presentaron una peor percepción de la CV y mayor incapacidad funcional |
| Carmo, Soares, Virtuoso Júnior & Guerra (2011) | 175 odontólogos | CV: WHOQOL-Bref Dolor Lumbar: Protocolo de Sintomatología Dolorosa de McGill | 69,7% presentó dolor lumbar, pero 96% clasificaron su CV como muy buena y sólo 16,6% relató insatisfacción con la salud. Sin embargo, la regresión logística mostró que sólo el dolor permaneció asociado con la CV de los participantes. |

Fuente: Propia de los autores, 2016

La postura incorrecta de flexión de tronco asumida por el odontólogo y la permanencia sentada por mucho tiempo aumenta la actividad muscular posterior de la región, tendiendo a provocar una fuerza de compresión sobre los discos, ocasionando una mayor pérdida de líquido del núcleo pulposo. (p. 145).

El estudio de Del Pozo-Cruz et al. (2013) encontró que los trabajadores administrativos con lumbago físicamente inactivos presentan una menor resistencia física, más hipotonía y menor hipertrofia muscular cuando comparados a los trabajadores sin dolor lumbar. Ya Carmo et al. (2011) encontraron en las mujeres una mayor predisposición al dolor lumbar.

Oliveira et al. (2004) observaron un nivel más elevado de incapacidad física en costureras que presentaban lumbago, analizadas por el cuestionario de Roland Morris. Percibieron que ellas cambiaban de posición frecuentemente buscando una posición confortable para la espalda. Usaban el decúbito con más frecuencia para descansar y presentaban más situaciones de irritabilidad y malhumor de lo habitual.

El estudio de Del Pozo-Cruz et al. (2013) demostró que individuos diagnosticados con lumbago presentaban una menor percepción de CV y mayor incapacidad funcional en relación a trabajadores sin dolor lumbar. Oliveira et al. (2004) mostraron que la reducción de la CV de las costureras es debido al déficit de funcionalidad, es decir, a la dificultad en realizar

las actividades vigorosas como correr, cargar objetos pesados, subir escaleras, curvarse o ponerse de rodillas, caminar o incluso vestirse o bañarse.

Del Pozo-Cruz et al. (2013) observaron que, en España, el interés de realizar programas de promoción a la salud en el sitio de trabajo se debe, entre otros motivos, a la frecuencia de las lesiones musculoesqueléticas entre trabajadores administrativos. El objetivo de estos programas es incentivar la prevención primaria y secundaria de enfermedades musculoesqueléticas.

Como estudios de corte transversal, que comparan dos grupos diferentes, los estudios seleccionados debido a la muestra no aleatoria de la población pueden llevar a error sistemático.

Conclusión

Según los estudios, el lumbago puede impactar la CV de trabajadores, perjudicando sus actividades laborales, de ocio y deportivas. El dolor lumbar de origen ocupacional también puede generar cuadros de incapacidad funcional. Quizás, para evitar el apareamiento o cronicidad del lumbago sea necesaria la realización de programas de promoción a la salud, para prevenir el impacto y los costes con el tratamiento de rehabilitación.

Todavía son escasos los estudios que describen el impacto del dolor lumbar en la CV de trabajadores y las muestras son muy reducidas. Se sugiere la realización de nuevos estudios con mayor rigor metodológico y científico para que se pueda comprender mejor sobre el impacto del dolor lumbar sobre la CV de trabajadores.

Referencias Bibliográficas

- Brasil. Superintendência de Vigilância e Proteção Da Saúde Secretaria de Saúde do Estado da Bahia. (2014). *Fqgp±cu" Tgr̄ekqpcfcu" cq" Vtcdñj q<" Fqgp±cu" qewrc̄ekqpc̄k̄* Recuperado de http://www.suvisa.ba.gov.br/sites/default/files/documentos/arquivo/2014/09/15/folder_doencas_ocupacionais_Final_0.pdf
- Carmo, I., Soares, E., Virtuoso Júnior, J. & Guerra, R. (2011). Factores asociados a sintomatología dolorosa e qualidade de vida em odontólogos da cidade de Teresina - PI. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 14(1), 141-150.
- Cavalcanti, I., Cantinho, F. & Assad, A. (2006). Medicina perioperatória. *Sociedade de Anestesiologia do Estado do Rio de Janeiro*, 105, 932-934.
- Del Pozo-Cruz, B., Gusi, N., Adsuar, J., del Pozo-

- Cruz, J., Parraca, J. & Hernandez-Mocholí, M. (2013). Musculoskeletal fitness and health-related quality of life characteristics among sedentary office workers affected by sub-acute, non-specific low back pain: a cross-sectional study. *Physiotherapy*, 99(3), 194-200.
- Falavigna, A., Teles, A., Braga, G., Barazzetti, D., Lazzaretti, L. & Tregnago, A. (2011). Instrumentos de avaliação clínica e funcional em cirurgia da coluna vertebral. *Coluna/Columna*, 10(1), 62-67.
- Ferreira, P., Ferreira, L. & Pereira, L. (2013). Contributos para a Validação da Versão Portuguesa do EQ-5D. *Acta Médica Portuguesa*, 26(3), 664-675.
- Helfenstein Junior, M., Goldenfum, M. & Siena, C. (2010). Lombalgia ocupacional. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 56(5), 583-589.
- Oliveira, M., Dal Berto, V. & Macedo, C. (2004). Prevalência de lombalgia em costureiras e correlação com a qualidade de vida e incapacidade. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 8(2), 111-119.
- Pataro, S. & Fernandes, R. (2014). Heavy physical work and low back pain: the reality in urban cleaning. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17(1), 17-30.
- World Health Organization. (2014). WHO Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF). Retrieved from http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/whoqolbref/en/substance_abuse/research_tools/whoqolbref/en/

Fecha de recepción: 21 de mayo de 2015
Fecha de aceptación: 24 de enero de 2016